

日時：2015年1月23日(金) 18:30~20:00 晴

場所：ちどりビル2F 参加者：71名

## 在宅での褥瘡管理など皮膚疾患ケアについて

千鳥橋病院 皮膚科 裓<sup>へ</sup>祥<sup>さん</sup>宰<sup>ぜ</sup> 医師

様々な皮膚疾患ケアについて、たくさんの写真で症例を紹介しながら解説していただきました。非常に分かりやすいプレゼンテーションであると共に裓先生のやさしい人柄の伝わる講義でした。以下に要点を書き出します。

- ・皮膚炎の患部に軟膏を塗る際は、一度手にひろげて優しく塗る、すり込まない。
- ・おむつ皮膚炎のケアについて、風呂の後はしっかり乾かしてから着せる。
- ・爪を切る時は、感染症防止のためにも白い部分を残す様にする。
- ・足は隙間が少ないため白癬など感染症を起こしやすい。隙間を作るグッズなどを活用する。
- ・陥入爪はテーピングで爪と肉を離すケアを。ニッパーとヤスリできれいにケア。痛みが無くなればテーピングは止めて良い。
- ・足をきれいにケアしても、靴が汚れたままだと再感染してしまう。患者さんの靴をよくみて欲しい。
- ・靴が患部に当たっていると良くないので、症状に合わせた靴を選ぶ。
- ・靴の選び方は下記がポイント。現場で患者・家族へアドバイスする。

Wide (趾尖部が広目、伸縮性がある) Washable (丸洗いでできる) Air (通気性が良い)  
Light (軽い) Cushion (クッション性) Cheap

・褥瘡はできてしまうと治すのが大変なので、予防に力を入れる。必ず原因があるので原因を考える。

・褥瘡予防は“少しでも重力に勝つ方法を考える”気持ちで工夫を凝らす。褥瘡ケアの工夫・ポイントは以下の通り。

- 滑り止めシートを敷き、ずれるのを防ぐ。
- 体交マットを十分に用意しておき、必要な時に必要なだけ使える様にしておく(側胸部を浮かすなど)。
- 体交スケジュールは時計形式にすると手軽に管理できる。
- 低反発は良くない。エアマットは高いが良い。1万数千円くらいのエアクッションでも座り褥瘡には効果的。福祉用具でレンタルもできる。

➢ エアマットの下に敷くタオルについては、伸ばすのは基本として、できるだけ枚数を少なくする。

➢ 創部は(出血したとしても)きれいにガーゼで洗う(消毒はしなくて良い)。

➢ 膝関節拘縮などがある場合、それにより例えばかかどに圧がかかり易くなっていたりする。クッションなどで除圧するなど工夫する。

・冬のスキンケアについては乾燥を防ぐ、その為には下記がポイント。

➢ 厚着をしない。特に綿の肌着の重ね着をすると室内で調整がし難い。

➢ 布団の上に毛布を重ねる。その方が温度、湿度の管理が良い。

➢ 空気清浄機、加湿器を効果的に使う。

### < 質疑のまとめ >

・被覆材は、貼ると毎日みなくなってしまう、それ自体が患部を圧迫する、感染防止にはならないため基本的に勧めない。ただし在宅で2~3日みれない、浸出液が出ていないなど一定の条件下では被覆材も有用。

・ローションを頭に塗るときにたれてしまいがちだが、さらっとしたローションは少なめで良く、とろっとしたローションは多めに、たれない程度に塗ると良い。

・在宅での皮膚管理は難しい。写真をメールで送るなどして相談してください。

### < 感想文より >

・せっかくエアマットを使うならバスタオルは敷かない。

・靴のアドバイスを行っていきたい。

・褥瘡予防の大切さ、処置の意味、被覆材の是非について職場へ持ち帰ろうと思った。

今回は70名を超す大勢の参加となり、在宅での皮膚疾患管理が、難しく重要な課題であることが強く実感できる研究会となりました。

